COMO NÃO SER ETNOCÊNTRICO

Guia prático para a diversidade cultural e o respeito mútuo

REALIZAÇÃO

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ

LICENCIATURA EM CIÊNCIAS SOCIAIS

ORIENTADORA: **LILIAN GABRIELLA CASTELO BRANCO ALVES DE SOUSA**

MONITOR: **MARCUS VINICIUS SILVA DE SOUZA**

TERESINA
MARÇO DE 2026

IDENTIFICAÇÃO

ADRIANA RODRIGUES SAMPAIO

ANA LUIZA SOARES DA CRUZ

ANANDA MENDES DE SOUSA

RAYSSA VICTORIA ALENCAR RODRIGUES

TERESA CRISTINA DE SOUSA RODRIGUES DA SILVA

SUMÁRIO

1 APRESENTAÇÃO
2 O QUE É ETNOCENTRISMO
3 ORIGEM DO ETNOCENTRISMO
4 OS PERIGOS DO ETNOCENTRISMO
5 O ETNOCENTRISMO NA HISTÓRIA
6 RELATIVISMO CULTURAL: UMA ALTERNATIVA
7 COMO EVITAR O ETNOCENTRISMO NO DIA A DIA
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS
REFERÊNCIAS

1 APRESENTAÇÃO

Esta cartilha foi elaborada pela alunas identificadas anteriormente, da Universidade Estadual do Piauí – UESPI, Campus Torquato Neto, do curso de Licenciatura em Ciências Sociais, cursando a disciplina Antropologia I, ministrada pela professora Lilian Gabriella Castelo Branco Alves de Sousa.

Para auxiliar na produção de imagens e organização do material, foram utilizadas ferramentas de inteligência artificial, como Gemini e ChatGPT.

Tem também como objetivo explicar, de forma simples e acessível, o que é o etnocentrismo, como ele aparece no nosso dia a dia e por que é importante combatê-lo. Além disso, busca apresentar caminhos para desenvolver uma postura mais respeitosa diante das diferenças culturais, valorizando a diversidade e promovendo uma convivência social mais justa.

Ao longo da cartilha, serão abordados os seguintes pontos:

- o que é etnocentrismo;
- como ele surgiu;
- seus perigos;
- exemplos históricos e atuais;
- a visão de autores importantes;
- o conceito de relativismo cultural;
- e, principalmente, como evitar atitudes etnocêntricas no dia a dia.

O etnocentrismo é algo mais comum do que parece. Segundo Everaldo P. Guimarães Rosa, ele ocorre quando passamos a enxergar o mundo a partir da nossa própria cultura, como se ela fosse a única correta, normal ou superior. Ou seja, julgamos o outro com base nos nossos próprios valores.

Por exemplo, quando alguém acha estranho o modo de vestir de outra cultura ou critica costumes diferentes sem buscar compreendê-los, isso pode ser uma forma de etnocentrismo. Muitas vezes, esse comportamento não acontece por maldade, mas por falta de conhecimento ou de contato com o diferente.

De acordo com o autor, o etnocentrismo não envolve apenas ideias, mas também sentimentos. Ele pode gerar estranhamento, medo, rejeição e até preconceito. Isso acontece porque, ao nos depararmos com algo muito diferente do que estamos acostumados, sentimos que nossa própria forma de viver está sendo questionada.

Um ponto importante é que o etnocentrismo está presente tanto na história quanto no cotidiano. Ele não pertence a uma época específica. Desde o

período das grandes navegações até os dias atuais, é possível identificar práticas de julgamento cultural e tentativas de impor valores de um grupo sobre outro.

Um exemplo histórico é a forma como povos indígenas foram tratados durante a colonização. Muitas vezes, foram considerados inferiores ou atrasados apenas por possuírem costumes diferentes. Esse tipo de visão mostra como o etnocentrismo pode ser perigoso e até justificar atitudes de dominação e violência.

Além disso, o etnocentrismo aparece em situações simples do dia a dia, como piadas, estereótipos ou comentários sobre regiões, religiões ou estilos de vida. Muitas vezes, essas atitudes passam despercebidas, mas reforçam preconceitos e desigualdades.

Por isso, esta cartilha é importante: para ajudar a reconhecer essas práticas e compreender que existem diversas formas de viver, pensar e organizar a sociedade. Nenhuma cultura é superior a outra, apenas diferente.

Entender o etnocentrismo é o primeiro passo para construir uma sociedade mais respeitosa, em que as diferenças não sejam motivo de julgamento, mas de aprendizado e enriquecimento coletivo.

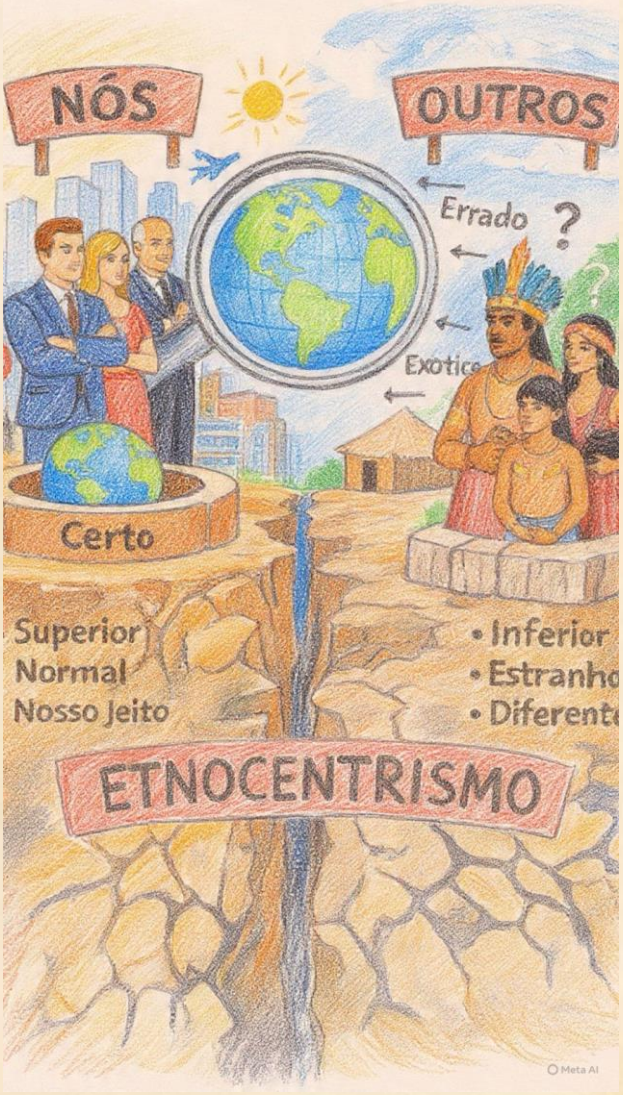
2 O que é Etnocentrismo

O etnocentrismo é um conceito fundamental para entendermos como enxergamos o mundo e lidamos com as diferenças. A partir da obra "O que é etnocentrismo", de Everaldo P. Guimarães Rosa, podemos defini-lo como uma forma de ver a realidade em que colocamos nosso próprio grupo costumes, crenças e valores como o centro de tudo.

Em outras palavras, é quando julgamos o "outro" com base no "nosso" jeito de viver. O que é diferente passa a ser visto como estranho, errado ou inferior.

No plano intelectual, isso aparece como dificuldade de compreender a diferença; no emocional, pode gerar estranheza, medo ou rejeição.

Assim, o grupo do "nós" passa a ser visto como o correto e natural, enquanto o "outro" é rotulado como "esquisito" ou "inferior". Esse processo reforça nossa identidade, mas também cria barreiras que dificultam o respeito entre culturas.



Um exemplo presente na obra é o de um pastor que vai evangelizar povos indígenas no Brasil. Ele leva presentes simples para os indígenas, mas para si leva um relógio moderno, símbolo do que considera superior. Isso revela um olhar etnocêntrico: ele acredita que sua cultura é mais avançada, ignorando que os povos indígenas possuem seus próprios conhecimentos e valores.

O etnocentrismo também aparece no cotidiano, muitas vezes de forma sutil. É comum rotular grupos sociais com base em estereótipos, como ao generalizar ideias sobre mulheres, pessoas negras ou diferentes classes sociais. Esses rótulos funcionam como um "falso conhecimento", pois transformam diferenças em julgamentos.

Por exemplo, ao dizer que um grupo é "preguiçoso" ou "inferior", a pessoa não busca compreender, apenas julga a partir de seus próprios valores.

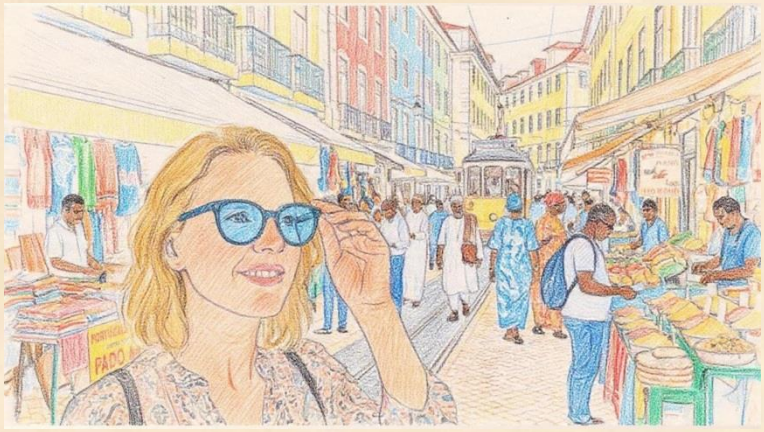
A Antropologia propõe o contrário: em vez de julgar, busca compreender. Ao entrar em contato com o "outro", percebemos que existem várias formas de viver e nenhuma é superior à outra.

Superar o etnocentrismo, portanto, é aprender a respeitar as diferenças e reconhecer a diversidade do mundo. Esse é um passo essencial para construir uma sociedade mais justa e plural.

3 Origem do Etnocentrismo

O que é esse "olhar"?

Imagine que você está usando óculos com lentes coloridas. Se suas lentes são azuis, você verá o mundo inteiro azulado. O etnocentrismo funciona de forma parecida: é a tendência de enxergarmos a nossa própria cultura, nossos valores e nossos hábitos como o "centro" de tudo e, consequentemente, como o único jeito "certo" ou "normal" de viver.



Como ele nasceu na história?

O etnocentrismo não é uma invenção moderna, ele é um fenômeno muito antigo que ocorre quando um grupo humano se identifica tanto consigo mesmo que passa a ver o "outro" (o diferente) como alguém inferior, estranho ou "atrasado".

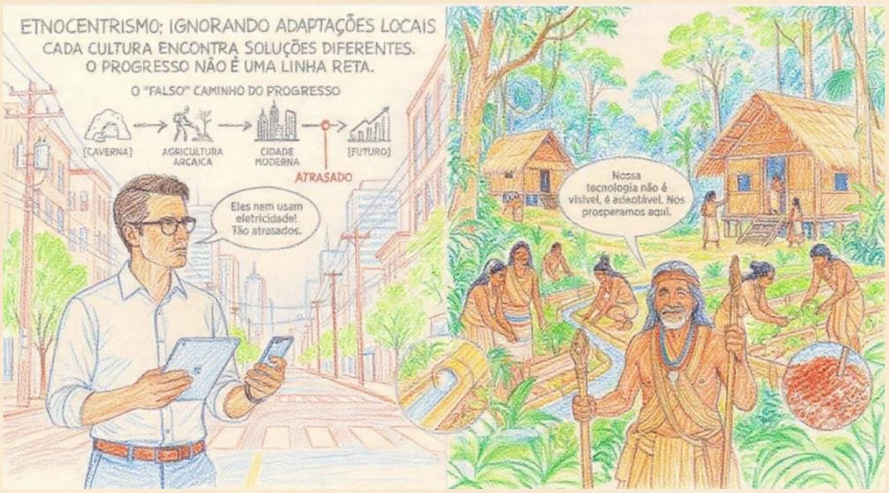
Historicamente, esse pensamento ganhou força de "ciência" no século XIX através de uma corrente chamada Evolucionismo Cultural. Autores daquela época, cujas obras serviram de base para muitos estudos, tentaram classificar a humanidade em degraus de evolução. Pensadores como Lewis Henry Morgan

acreditavam que a humanidade passava por três estágios obrigatórios: selvageria, barbárie e, por fim, a civilização. O problema é que o critério usado para definir o que era "civilizado" era sempre a cultura europeia da época. Se um povo não tinha a mesma tecnologia, religião ou forma de governo da Europa, ele era rotulado como "primitivo".

Outro exemplo está na obra de James Frazer, que via o pensamento humano evoluindo da "magia" para a "religião" e, finalmente, para a "ciência". Ao fazer isso, ele acabava colocando as crenças de povos tradicionais como algo que deveria ser "superado" pelo progresso científico ocidental.

Exemplo prático:

Quando dizemos que um povo indígena "não evoluiu" porque não usa as mesmas tecnologias que nós, estamos sendo etnocêntricos.



Estamos ignorando que cada cultura encontra soluções diferentes para seus próprios desafios, e que o progresso não é uma linha reta em direção ao modelo ocidental.

4 Os perigos do Etnocentrismo

Quais são os riscos do etnocentrismo?

O etnocentrismo não é apenas uma opinião; ele tem consequências reais e, muitas vezes, graves na sociedade. Ao achar que o nosso modo de vida é o superior, passamos a julgar, ridicularizar ou excluir quem pensa e vive diferente.

O etnocentrismo é a raiz de conflitos, da xenofobia (medo ou ódio ao estrangeiro) e do racismo. Se o outro é visto como "menos humano" ou "inferior", torna-se mais fácil justificar violências contra ele.

Quando uma cultura domina a outra, perdemos conhecimentos valiosos. Imagine se a medicina ignorasse o conhecimento indígena sobre plantas medicinais apenas por considerá-lo "crença"? Perderíamos curas e descobertas fundamentais.

Como evitar o etnocentrismo no cotidiano?

Para não cairmos nessa armadilha, precisamos praticar três conceitos fundamentais da sociologia e da filosofia: alteridade, relativismo cultural e tolerância e diversidade.

Alteridade: É o exercício de reconhecer que o outro é um ser humano completo, com desejos e lógicas próprias, independentemente de quão diferente ele seja de mim. É ver o outro como um "eu" que não sou eu.

Relativismo Cultural: É entender que cada prática cultural deve ser compreendida dentro do seu próprio contexto. Em vez de perguntar "Isso é certo ou errado?", devemos perguntar: "Qual é o sentido disso para aquele povo?".

Tolerância e Diversidade: A diversidade não é um problema a ser resolvido, mas uma riqueza a ser preservada.

Estratégias Práticas:

Escuta Ativa: o diálogo real só acontece quando ouvimos as necessidades do outro.

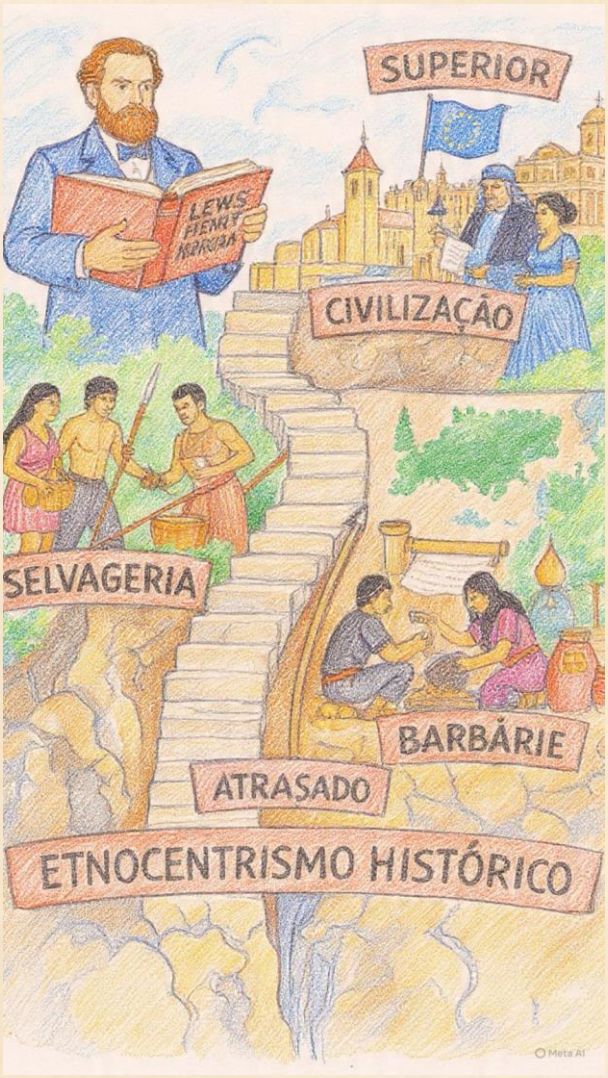
Cuidado com a Linguagem: Evite termos como "exótico", "estranho" ou "atrasado". Prefira "diferente", "específico" ou "próprio daquela cultura".

Duvide do "Normal": Sempre que achar algo estranho, pergunte-se: "Por que eu acho isso estranho? Quais são os meus valores que estão me fazendo julgar isso?".

5 O Etnocentrismo na História

O etnocentrismo não aparece apenas no cotidiano, mas também marcou a forma como, ao longo da história, estudiosos explicaram o desenvolvimento das sociedades. Um exemplo disso está na obra de Lewis Henry Morgan, que propôs dividir a humanidade em estágios de evolução.

Segundo Morgan, todas as sociedades seguiriam o mesmo caminho: da "selvageria" até a "civilização". Essa ideia, apesar de influente, revela uma visão etnocêntrica, pois considera o modelo europeu como o mais avançado.



Para ele, a humanidade passaria por três fases: a selvageria, marcada pela caça e coleta; a barbárie, com avanços como agricultura e cerâmica; e a civilização, caracterizada pela escrita, cidades e leis.

O problema não está apenas na divisão, mas na hierarquia criada. Ao colocar a civilização como o estágio mais alto associado à Europa Morgan sugere que outros povos seriam "atrasados". Assim, culturas diferentes passam a ser vistas como inferiores.

Esse pensamento é um exemplo claro de etnocentrismo histórico. Assim como no cotidiano criamos estereótipos, teorias como a de Morgan também julgaram povos a partir de um único padrão cultural. Povos indígenas, africanos e asiáticos, por exemplo, foram frequentemente considerados inferiores.

Hoje, a Antropologia critica essa visão e propõe outra abordagem: compreender cada cultura dentro de seu próprio contexto. Não existe uma cultura melhor que outra, apenas formas diferentes de viver.

Dessa forma, estudar ideias como as de Morgan nos ajuda a perceber como o etnocentrismo pode influenciar até o conhecimento científico. Compreender

isso é essencial para desenvolver um olhar mais crítico e respeitoso diante da diversidade cultural.

6 Relativismo Cultural: Uma Alternativa

O que é relativismo cultural?

É a capacidade de olhar para outras culturas com respeito, reconhecendo o outro como alguém legítimo. Trata-se de compreender que cada cultura possui seus próprios valores, costumes e formas de ver o mundo. O relativismo cultural mostra que a diferença não é um erro, mas uma característica natural da humanidade.

O etnocentrismo, por sua vez, é a tendência de julgar outras culturas a partir dos nossos próprios valores, como se o nosso modo de viver fosse o único correto ou superior. Esse tipo de visão dificulta o diálogo e pode gerar preconceitos, exclusões e até formas de violência simbólica e social.

Nesse sentido, o relativismo cultural é um importante

instrumento para combater o etnocentrismo. Ao nos incentivar a compreender o outro dentro de seu próprio contexto, ele nos ajuda a suspender julgamentos imediatos e a desenvolver empatia. Em vez de classificar costumes como "certos" ou "errados", passamos a entendê-los como diferentes formas de organização da vida humana.

Assim, o relativismo cultural amplia nossa visão de mundo e nos torna mais abertos à diversidade. Ele nos ensina que nenhuma cultura é superior a outra, apenas distinta, e que o contato com o diferente não ameaça nossa identidade, mas contribui para o nosso crescimento pessoal e social.

Nossa cultura é como uma lente através da qual enxergamos o mundo. Tirar essa lente por um momento não nos faz perder quem somos, mas nos permite enxergar outras realidades e compreender melhor a riqueza da diversidade humana.

7 Como evitar o Etnocentrismo no dia a dia

Evitar o etnocentrismo não significa abandonar a própria cultura, mas sim aprender a respeitar e compreender as outras. Isso exige uma mudança de atitude e, principalmente, de olhar.

Uma das principais formas de combater o etnocentrismo é praticar o relativismo cultural, que também é discutido por Everardo Rocha. Isso significa tentar entender os costumes de outra cultura a partir da realidade dela, e não da nossa.

Por exemplo: em vez de achar estranho um costume diferente, o ideal é perguntar: "Por que isso faz sentido para eles?". Essa mudança de pensamento já faz muita diferença.

Atitudes práticas no dia a dia:

1. Evitar julgamentos rápidos Antes de criticar algo diferente, tente entender. Muitas vezes, o que parece "errado" para você faz todo sentido dentro de outra cultura.

2. Praticar a empatia Se colocar no lugar do outro ajuda a perceber que ninguém vive da mesma forma. Cada pessoa tem sua história, seus valores e sua forma de ver o mundo.

3. Buscar informação Conhecer outras culturas, seja por livros, filmes ou conversas, ajuda a diminuir preconceitos e ampliar a visão de mundo.

4. Questionar estereótipos Frases como "todo mundo daquele lugar é assim" são perigosas e generalizam pessoas que são diferentes entre si.

5. Respeitar as diferenças Nem tudo precisa ser igual para ser válido. A diversidade cultural é uma riqueza, não um problema.

Como aplicar isso na prática?

No dia a dia, isso pode ser aplicado em situações simples, como:

• Na escola ou faculdade: respeitar colegas que têm costumes diferentes;

• Na internet: evitar comentários ofensivos ou julgamentos culturais;

• Em conversas: ouvir mais e tentar entender antes de opinar;

• Na convivência social: aceitar diferentes religiões, estilos de vida e formas de pensar.

Por exemplo, se você vê alguém com um hábito diferente do seu, em vez de rir ou criticar, tente entender o motivo. Isso já é uma atitude não etnocêntrica.

Outro ponto importante é reconhecer que todos nós, em algum momento, já fomos etnocêntricos. Isso faz parte da sociedade em que vivemos. O mais importante é estar disposto a mudar.

8 Considerações Finais

Ser etnocêntrico é consequência de não conseguirmos empregar o relativismo cultural. Etnocentrismo é o ato de colocar a nossa cultura como a melhor frente às outras. Tudo aquilo que existe nas culturas externas é descartável para o etnocêntrico, sem valor, digno de pena ou nojo.

Logo que vemos aquilo que é "bizarro" na cultura do outro sentimos a vontade de "ensinar" a ele a nossa maneira, como deveria ser, sendo considerado desprezível a maneira como aquela outra forma de organizar o coletivo faz.

Esse preconceituoso cultural é o etnocêntrico. E qual o meio de evitar ser um preconceituoso cultural, um etnocêntrico? Aprender e apreender o relativismo cultural.

É importante entender que o que sabemos do "outro" não passa de uma representação determinada pelas ideologias que ainda interferem, mesmo tendo sido registradas em um passado superado. O etnocentrismo reforça configurações negativas do "outro" enquanto forma de manutenção de um status quo.

Não se trata de recriar o mito do "bom selvagem" nem de fazer etnocentrismo às avessas, endeusando outras sociedades para denegrir as nossas que produziram bombas atômicas, massacraram povos, poluíram o planeta etc., mas que, de outro lado, criaram o Partenon e o teatro grego; a ciência de Galileu e a música de Mozart, a conquista do espaço e a informática etc.

Nosso objetivo é apontar uma evidência: as sociedades outras também são cultas e vivenciam valores humanos dignos de todo o respeito, sabem dar a seus membros uma qualidade de vida em que a alegria e a felicidade estão ao alcance de todos; não podem ser depreciadas, pois são realizações autênticas do homem sobre a terra, dignas de admiração. E que a crença da superioridade do branco, do europeu, do "civilizado" não passa de preconceito etnocêntrico, o qual, no limiar do 3° milênio já devia há muito estar superado, em nome de uma

compreensão mais inteligente da diversidade do ser humano, e da paz entre os povos, que dificilmente poderá conviver com a arrogância de uns e o desprezo de outros.

Por fim, não há uma fórmula mágica que erradique de vez o etnocentrismo em toda uma sociedade. Talvez a maior força combativa ao etnocentrismo e a qualquer tipo de preconceito seja o estudo. O incentivo ao estudo e o investimento em educação são as principais armas para combater-se, gradativamente, o preconceito enraizado na cultura de um povo.

REFERÊNCIAS

ALTO COMISSARIADO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA REFUGIADOS (ACNUR Brasil). Cartilha comunicação sobre saúde com indígenas Warao e Eñepa. Brasil: ACNUR, [s.d.].

FRAZER, James George. O ramo de ouro. Rio de Janeiro: LTC, 1982.
OPENAI. ChatGPT. Versão 4.0. ChatGPT (31 de março de 2026), 2026. Disponível em: https://chat.openai.com/chat. Acesso em: 31 mar. 2026.

GOOGLE. Gemini. Versão 2.5 Flash. Google, 2026. Disponível em: https://gemini.google.com. Acesso em: 31 de mar. 2026.

MORGAN, Lewis Henry. A sociedade antiga: ou investigações sobre as linhas do progresso humano desde a selvageria, através da barbárie, até a civilização. 1877.

ROCHA, Everardo P. Guimarães. O que é etnocentrismo. São Paulo: Brasiliense, 1988.